

lun 12-avr	mar 13-avr	mer 14-avr	jeu 15-avr	ven 16-avr	sam 17-avr	dim 18-avr
16h30		16h30		16h30		
Pass'Compet + Espoirs 16h30-17h30		Pass'Compet + Espoirs 16h30-17h30		Pass'Compet + Espoirs 16h30-17h30		
17h30	17h30	17h30	17h30	17h30		
Compétiteurs L2-L3-L4 17h30-18h30	Sauv'nage - Pass'Sports - Loisirs 17h30-18h30	Compétiteurs L2-L3-L4 17h30-18h30	Sauv'nage - Pass'Sports - Loisirs 17h30-18h30	Compétiteurs L2-L3-L4 17h30-18h30		
18h30	18h30	18h30	18h30	18h30		
	Compétiteurs L2-L3-L4 17h30-18h30 VISIO avec Nono		Compétiteurs L2-L3-L4 17h30-18h30 VISIO avec Titou			
	19h30		19h30			
lun 19-avr	mar 20-avr	mer 21-avr	jeu 22-avr	ven 23-avr	sam 24-avr	dim 25-avr
16h30		16h30		16h30		
Pass'Compet + Espoirs 16h30-17h30		Pass'Compet + Espoirs 16h30-17h30		Pass'Compet + Espoirs 16h30-17h30		
17h30	17h30	17h30	17h30	17h30		
Compétiteurs L2-L3-L4 17h30-18h30	Sauv'nage - Pass'Sports - Loisirs 17h30-18h30	Compétiteurs L2-L3-L4 17h30-18h30	Sauv'nage - Pass'Sports - Loisirs 17h30-18h30	Compétiteurs L2-L3-L4 17h30-18h30		
18h30	18h30	18h30	18h30	18h30		
	Compétiteurs L2-L3-L4 17h30-18h30 VISIO avec Nono		Compétiteurs L2-L3-L4 17h30-18h30 VISIO avec Titou			
	19h30		19h30			

Activités réalisées au stade "Plaine Jacques Prévert"
Allée Pierre Ferdonnet 18390 St Germain du Puy

Règlementations en vigueur à partir du 8 avril dans les établissements sportifs de plein air :
La pratique sportive encadrée en club est autorisée sans contact et avec une distanciation de 2m dans le département de résidence

NATATION COURSE POUR LA SAISON 2020-2021

ESPOIRS Ligne 1		
<u>Année</u>	Filles : 2012 - 2008 Garçons : 2011 - 2007	
<u>Niveau d'entrée</u>	4 Nages 100 dos, 100 crawl et 50 pap bien nagé Pass'Compétition	
<u>Objectifs</u>	Circuit Avenirs ou Jeunes Interclubs TC, avenir, jeunes Savoir nager un 800 et être régulier avec virages et coulées	
<u>Entraînements</u>	Mardi 18h45 - 20h30 Mercredi 14h00 - 15h30 Jeudi 18h45 - 20h30	
<u>Licence</u>	Compétition	
9		
Les avenir <i>Filles 2011 et av et Garçons 2010 et av</i>		
BELRADJA	Naël	2010
CATON	Siméo	2010
Les jeunes <i>Filles 2008-2010 et Garçons 2007-2009</i>		
BERGOUGNOUX	Tom	2009
BONNOT	Alexis	2009
CHEVILLOT	Emma	2008
HOAREAU	Lucie	2008
LEBOEUF	Gabriel	2008
MARTIN	Léonie	2010
PHILIPPE	Cléa	2008
Les juniors-séniors <i>Filles 2006 et av et Garçons 2005 et av</i>		

COMPETITIONS Ligne 2		
<u>Année</u>	Filles : 2008 et avant Garçons : 2007 et avant	
<u>Niveau d'entrée</u>	4 Nages Savoir nager un 800 et être régulier avec virages et coulées	
<u>Objectifs</u>	Circuit Jeunes Interclubs TC et jeunes (1 entraînement avec Alexis par semaine de préférence entraînement mercredi)	
<u>Entraînements</u>	Lundi 18h45 - 20h00 Mardi 18h45 - 20h30 Mercredi 14h00 - 15h45 Jeudi 18h45 - 20h30	
<u>Licence</u>	Compétition	
8		
Les jeunes <i>Filles 2008-2010 et Garçons 2007-2009</i>		
AUBERGER	Lina	2008
CHOLLET	Alicia	2008
Les juniors-séniors <i>Filles 2007 et av et Garçons 2006 et av</i>		
CARRE	Tom	2005
CATON	Matis	2006
LOPES ARRIAT	Lény	2005
MALLET-RAMOS	Antoine	2007
NICOT	CHLOE	2006
SOULIER-STROBEL	Simao	2006

COMPETITIONS Ligne 3		
<u>Année</u>	Filles : 2007 et avant Garçons : 2006 et avant	
<u>Niveau d'entrée</u>	4 Nages	
<u>Objectifs</u>	Circuit de Compétitions Interclubs TC et jeunes	
<u>Entraînements</u>	Lundi 18h45 - 20h30 Mardi 18h45 - 20h30 Mercredi 14h00 - 15h45 Jeudi 18h45 - 20h30	
<u>Licence</u>	Compétition	
12		
Les juniors-séniors <i>Filles 2007 et av et Garçons 2006 et av</i>		
BARRAUD	Morgane	2006
BIDON	Louna	2006
CHOLLET	Anaïs	2004
CHOLLET	Maëlle	2005
COSENZA	Valério	2005
JOLLY	Louise	2006
LEBRETON	Grégoire	2005
LEBRETON	Justin	2005
LIVACHE	Erine	2003
PAYEN	Margot	2006
SORIN	Grégoire	2004

COMPETITIONS Ligne 4		
<u>Année</u>	Filles : 2005 et avant Garçons : 2004 et avant	
<u>Niveau d'entrée</u>	4 Nages Niveau régional	
<u>Objectifs</u>	Circuit de Compétitions Interclubs TC Maintenir le niveau régional Qualification N3, N2, voire +	
<u>Entraînements</u>	Lundi 18h45 - 20h30 Mardi 18h45 - 20h30 Mercredi 14h00 - 15h45 Jeudi 18h45 - 20h30 Vendredi 18h30 - 20h30	
<u>Licence</u>	Compétition	
10		
Les juniors-séniors <i>Filles 2007 et av et Garçons 2006 et av</i>		
BENOIT	Alizée	2003
BIDON PARARD	Ninon	2004
LEBOEUF	Martin	2003
LEBOEUF	Simon	2001
PACE	Tahina	2005
PACE	Timéo	2002
PARAYRE	Maxime	1998
PAYEN	Noémie	2003
ROUX	Louis	2001
WITEK	Marine	1995

Lors des entraînements en commun pour ces groupes, les éducateurs décident de la répartition dans les lignes

L'entraînement commence un quart d'heure avant l'entrée dans l'eau pour préparer le matériel et effectuer l'échauffement à sec.

ECOLE DE NATATION ARTISTIQUE POUR LA SAISON 2020 - 2021

ORGANISATION PROVISOIRE

Sirène			Naiade		
<u>Années</u>	2012 et après		<u>Années</u>	2009 - 2010 - 2011	
<u>Niveau d'entrée</u>	15m de déplacement ventral (brasse souhaitée) 15m de déplacement dorsal Saut en grande profondeur (2m) Aller chercher un objet en moyenne profondeur		<u>Niveau d'entrée</u>	25m déplacement ventral (brasse souhaitée) 25m déplacement dorsal Saut ou plongeon Aller chercher un objet en moyenne ou grande profondeur	
<u>Objectifs</u>	Valider le pass'sports Valider des éléments du Pass'Compet Synchro Participer au gala		<u>Objectifs</u>	Valider le pass'compétition synchro Valider un ou plusieurs modules SD Participer au gala	
<u>Entraînements</u>	Lundi 17h30 - 18h30 + 1 entraînement pour les tests obligatoires ENF (Ecole de Natation Française)		<u>Entraînements</u>	Mercredi 19h00 - 20h30 + 1 entraînement pour les tests obligatoires ENF (Ecole de Natation Française)	
<u>Licence</u>	Natation pour tous		<u>Licence</u>	Natation pour tous	
4			5		
<i>Entraînement ENF avec le groupe Tetard Mercredi 12h-13h</i>			<i>Entraînement ENF avec le groupe Tetard Samedi 13h45-14h30</i>		
JUGUET	Alyssa	2013			
<i>Entraînement ENF avec le groupe Dauphins Mercredi 12h-13h</i>			<i>Entraînement ENF avec le groupe Dauphins Samedi 13h45-14h30</i>		
DUSSAUD DESMOULIERS	Maryline	2013	DUBOIS	Flavie	2011
RIPARD	Lilou	2013			
<i>Entraînement ENF avec le groupe Sauv'nage Mercredi 13h-14h</i>			<i>Entraînement ENF avec le groupe Sauv'nage Mercredi 12h45-13h45</i>		
DESABRES	Laly	2013	BON	Chloé	2010
			MAS	Eleny	2010
<i>Entraînement ENF avec le groupe Pass'Sports Mercredi 13h-14h</i>			<i>Entraînement ENF avec le groupe Pass'Sports Mercredi 13h-14h</i>		
			COUDRAY	Marjana	2009
			FOLTIER PETOIN	Jade	2009
<i>Entraînement ENF avec le groupe Pass'Compet Mercredi 13h-14h</i>			<i>Entraînement ENF avec le groupe Pass'Compet Mercredi 13h-14h</i>		

NATATION ARTISTIQUE POUR LA SAISON 2020-2021

Organisation provisoire

Catégorie Poussines (2012 et avant)	Catégorie Avenirs (2009 - 2010 - 2011)	Catégorie Jeunes (2009 - 2008 - 2007 - 2006)						
<u>Critères d'entrée</u> Avoir pratiqué 1 an en natation artistique Avoir le Sauv'nage Participation obligatoire à l'équipe (titulaire ou remplaçant)	<u>Critères d'entrée</u> Avoir validé le Pass'Sports Avoir pratiqué 1 an en natation artistique Etre capable de nager 25 brasse et 25 dos Participation obligatoire à l'équipe (titulaire ou remplaçant)	<u>Critères d'entrée</u> Avoir pratiqué 1 an en natation artistique Etre capable de nager 50 brasse, dos et crawl Participation obligatoire à l'équipe (titulaire ou remplaçant)						
<u>Objectifs</u> Valider le Pass'Compet Synchro Participer aux épreuves regionales individuelles, et en ballet (équipe et/ou duo et/ou solo)	<u>Objectifs</u> Valider les épreuves du synchronat Participer aux championnats régionaux, se qualifier au championnat interrégional (N2), Participer au challenge régional, se qualifier au challenge interrégional	<u>Objectifs</u> Valider les épreuves du synchronat Participer au challenge régional, se qualifier au challenge interrégional						
<u>Entraînements</u> Participation au gala Lundi 17h30 - 18h30 Mercredi 17h30 - 18h45 (salle) + 1 entraînement pour les tests obligatoires ENF (Ecole de Natation Française)	<u>Entraînements</u> Participation au gala Lundi 18h45 - 20h00 Mercredi 17h30 - 20h30	<u>Entraînements</u> Participation au gala Lundi 18h45 - 20h30 Samedi 12h00 - 13h45						
<u>Licence</u> Compétition	<u>Licence</u> Compétition	<u>Licence</u> Compétition						
1	4	6						
<i>Entraînement ENF avec le groupe Dauphins Mercredi 12h-13h</i>								
	AGNELOT	Jade	2011	SD	LINARD	Emma	2009	SD
	CAILLAUT-SENET	Constance	2011	SD				
	LE VERN	Hermine	2011	SD	BOUIZEGARENE	Sirine	2008	SD
					REUILLON	Emma	2008	SA
<i>Entraînement ENF avec le groupe Sauv'nage Mercredi 13h-14h</i>					HU	Orlane	2007	SD
					MILLET	Séréna	2007	SD
					RODRIGUES	Nais	2006	SA
<i>Entraînement ENF avec le groupe Pass'Sports Mercredi 13h-14h</i>								
PECH	Anne	2012						

NATATION ARTISTIQUE POUR LA SAISON 2020 - 2021

Organisation provisoire

Catégorie Junior - Sénior - Masters (2006 et avant)			
<u>Critères d'entrée</u>	3 ans d'expérience en natation artistique Accepter et être capable de s'entraîner en autonomie		
<u>Objectifs</u>	Participer et se classer aux Challenge ou Championnat Se qualifier aux compétitions interrégionales Participation au gala		
<u>Entraînements</u>	Mercredi 19h00 - 20h30 (entraînement au tableau) Vendredi 20h30 - 22h00		
<u>Licence</u>	Compétition ou Natation pour tous		
9			
BEDU	Clémentine		FINA
BLAIN	Aurélia		FINA
CHOPINEAU	Stéphanie		FINA
FAUCHEUX	Andréa		SO
GIRAUDON	Amélie		FINA
LIMOAN	Marianne		FINA
NICOT-EVRAS	Christel		FINA
ROBLET	Amandine		FINA
ROUX	Léa		SO
VANNEREAU	Marion		SO

Loisirs - Découverte - Pré-Compétition (2011 et avant)			
<u>Critères d'entrée</u>	Etre capable de nager 25 brasse et 25 dos Etre capable d'aller chercher un objet en grande profondeur		
<u>Objectifs</u>	Valider le Pass'Compétition synchro Participation au gala		
<u>Entraînements</u>	Mercredi 19h00 - 20h30		
<u>Licence</u>	Natation pour tous		
3			
NICOD	Gwenaëlle	2011	
GUILLOT	Noëlie	2009	
FALATOWIEZ	Améline	2005	